



## Hemoroidy

Hemoroidy se říká onemocnění zadku.

Jak poznáte, že máte hemoroidy:

Kolem otvoru, ze kterého kakáte máte výrůstky, které bolí a svědí.

Někdy jsou ty výrůstky měkké a někdy jsou tvrdé.

Také vám teče při kakání krev.

Je to nemoc, která trvá dlouho.

Je dobré říct o těchto potížích lékaři.

Lékař se vám podívá do zadku a zjistí, jestli to jsou opravdu hemeroidy.

Nestyďte se, tuto nemoc má hodně lidí.

Co dělat, když máte hemoroidy:

Jezte hodně ovoce a zeleniny.

Pijte hodně.

Sportujte a cvičte.

To proto, abyste neměli zácpu.

Pokaždé, když jdete na velkou, si osprchujte zadek.

Když vás hemeroidy moc bolí

nebo vám teče hodně krve,

běžte k lékaři.

Jak se hemeroidy léčí:

Na hemeroidy se dávají masti.

Udělejte si koupel v sedě v teplé vodě,

v heřmánkovém čaji nebo uvažené dubové kůře.

Můžete jít na různé malé operace.

